ROK IX
Nr. 21.

1 Listopada 1935 r.

Opłata uiszczona ryczałtem
Cena 60 gr.

MŁODA MATKA



DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

PISMO POPIERANE PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE

„Nacieranie wodą" — metoda hartowania dzieci na jesieni i w zimie.

Okres swobodnego obcowania z naturą na wsi minął bezpowrotnie. Dzieci wróciły do miast! Bose nogi zostały okryte skarpetką i butem, lekka przewiewna koszula została zastąpiona ściśle zapiętem pod szyję wełnianem ubrankiem. Nadchodzą chłody, wiatry i deszcze jesienne wywołują u dzieci stany kataralne nosa, kaszel — o czem pisano w poprzednich numerach naszego pisma.

Młode mamusie, zatroskane o swe pociechy, wpadają w ostateczność. Otulają dzieci ciepłemi wełnianemi szalikami, wkładają na nogi ciepłe rajtuzy, kalosze i boty...

Tymczasem jak na złość ciepło ubrany Jasio, idąc ze szkoły w czasie deszczu ze swym kolegą Ignasiem, synem biednych rodziców, który miał podarte ubranie i buty, zaczął ze swawoli brzechtać się wodą z kałuży ulicznej. Chłopcy zamoczyli sobie nogi. Ciepło ubrany Jasio spocił się, Ignaś kostniał z zimna. Drugiego dnia Jasio dostał kataru nosa, kaszlu i gorączki, a Ignaś wyszedł z tej opresji cało. Co się do tego przyczyniło, zapyta mamusia Jasia.

Zahartowanie — brzmi odpowiedź! Stan ten może powstać drogą naturalną, o ile człowiek z konieczności lub przyzwyczajenia styka się z wielkiemi wahaniami temperatury i wilgotności, np. dzikus chodzący prymitywnie odziany, biedak, który nosi podarte ubranie i obuwie — lub przez stosowanie specjalnych zabiegów np. nacierania zimną wodą, kąpieli i półkąpieli.

Najodpowiedniejsze i najłatwiejsze do przeprowadzenia w każdym domu, bez względu na stan zamożności, będą „nacierania zimną wodą".

Jak należy przeprowadzać ten sposób hartowania dzieci?

„Nacieranie wodą" jest dalszym etapem hartowania przeprowadzanego w czasie lata na wsi, gdzie dzieci biegały boso, kąpały się w zimnej wodzie rzek, jezior lub morza, zażywały kąpieli powietrzno-słonecznych.

„Nacierania" rozpoczynamy u dzieci w wieku od 2 roku życia i przeprowadzamy je stopniowo, zwłaszcza u dzieci wątłych, skłonnych do ktaru nosa i kaszlu. Pierwszym etapem będzie nacieranie wodą o ciepłocie ciała ludzkiego t. j. równej 37°, a następnie stopniowo obniżamy jej temperaturę, docho-

dząc do wody o temperaturze pokojowej lub u dzieci zdrowych i silnych nawet o ciepłocie jeszcze niższej (około 10⁰).

Czy wskazanem jest dodawanie do wody, służącej do nacieranie, pewnych substancyj?

Owszem, dodatek soli lub spirytusu będzie drażnił skórę znacznie silniej i łatwiej wywoła rozszerzenie naczyń podskórnych. Możemy więc stopniwo dodawać szczyptami sól lub łyżeczkami spirytus, dochodząc do 1 łyżki soli i 1 łyżki stołowej spirytusu na ½ litra wody.

Wiemy już, jak przygotować „wodę do nacierania", a teraz należy się zastanowić, o jakiej porze dnia i w jaki sposób przeprowadzać ten zabieg.

„Nacieranie wodą" winno być wykonywane przez osobę stale pielęgnującą dziecko. Robimy je rano zaraz po wstaniu dziecka z łóżka lub ewentualnie wieczorem, bezpośrednio przed pójściem spać. Wreszcie dzieci zahartowane można nacierać rano i wieczorem. Ranne nacierania mają tę wyższość, że skóra dziecka, rozgrzanego leżeniem w łóżku zostaje nagle podrażniona — zimnem, wilgocią i mechanicznem tarciem i na bodźce te reaguje bardzo żywo. wskutek tego działanie hartujące jest w tych warunkach znacznie większe.

„Nacieranie" przeprowadzić należy bardzo szybko, w ciągu kilkunastu sekund szybkiemi ruchami natrzeć odpowiednie odcinki skóry. Do „nacierania" służyć powinien szorstki ręcznik płócienny — lniany, lekko wyżęty. Po nacieraniu dziecko wyciera się dosucha i przystępuje do swoich zwykłych czynności.

W jakich wypadkach przerywamy nacierania zimną wodą?

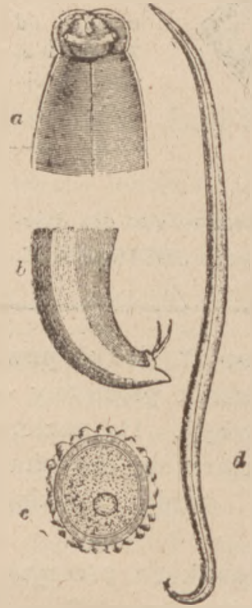
U dzieci z podwyższoną ciepłotą ciała, kaszlących, mających katar nosa powstrzymujemy się od wszelkich zabiegów hartujących aż do zupełnego wyzdrowienia, a następnie stopniowo znów je wprowadzamy.

Jeśli chodzi o to, co nacierać, to i tutaj wprowadzać należy pewne stopniowanie. U dzieci słabych rozpoczynamy nacieranie od skóry rąk i nóg, idąc od dołu w górę na barki, piersi, grzbiet, w końcu na brzuch. W ten sposób przez parę dni można nacierać np. skórę rąk, następnie ręce i tułów i t. d., aż po kilkunastu dniach będziemy nacierać całe ciało w kolejności wyżej opisanej.

(Dokończenie art. na st. 486).

Higjena, pielęgnacja i rozwój dziecka w obrazkach.

Pasorzyty jelitowe.



a) głowa
b) koniec
c) jajo
d) glista

Glista ludzka (Askaryda) dochodzi do 40 cm. długości.

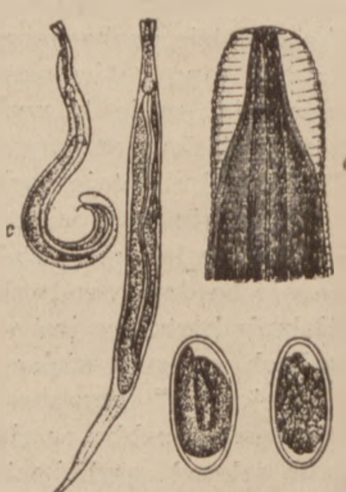


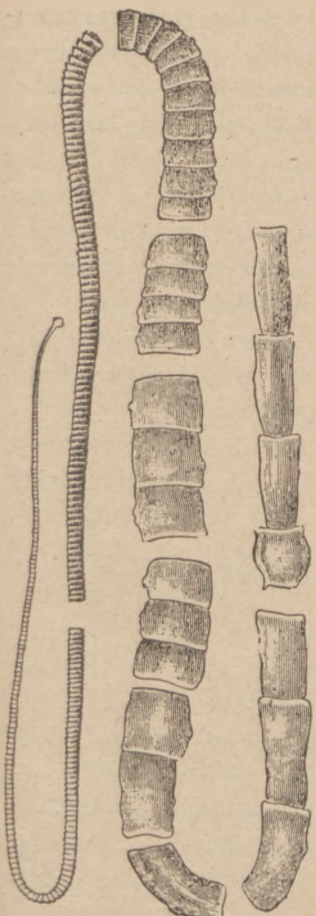
Owsiki, drobne robaczki, często powodujące swędzenie w odbycie (wielk. natur.). Obok znacznie powiększone, samiec (mniejszy). samica, głowa i jaja. Staranne mycie jarzyn spożywanych na surowo oraz rąk chroni przed tymi pasorzytami.

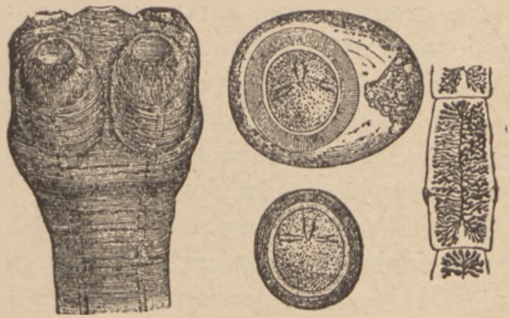
Usuwanie robaków należy do lekarza.



Włosogłówka i jej powiększone jajo. Bardzo rozpowszechniony pasorzyt, rzadko powoduje dolegliwości.







Tasiemiec bydlęcy. Na lewo: tasiemiec z główką rozerwany na części (długość dochodzi do kilku metrów). U góry: głowa jaja i czlon znacznie powiększone.



Tasiemiec świński: głowa i jajo znacznie powiększone oraz 2 człony.



A B

Włosień czyli trychina.

Staranne gotowanie, smarzenie lub wędzenie mięsa — niszczy zarodki tych pasorzytów i zapobiega zakarzeniu się niemi.

Dr. M. ZAKS

Na czem polega korzystne działanie tego zabiegu?

Nagłe oziębianie skóry i mechaniczne jej drażnienie wywołuje początkowo skurcz odruchowy naczyń krwionośnych podskórnych, a następnie ich rozszerzenie, wsutek tego dochodzi w organizmie do przemieszczenia na pewien czas mas krwi. Serce ożywia się, przepompowuje pod skórę większe ilości krwi. Pozatem przyśpiesza się przemiana materji, oddech zostaje pogłębiony, zostają podrażnione nerwy, które regulują skurcze naczyń kwionośnych, jednem słowem wszystkie tkanki i narządy wewnętrzne organizmu ożywiają się, nabierają energji.

Gdyby więc Jasio był w ten sposób zahartowany, a nie okrywany ciepłem ubraniem, to przemoczenie nóg nie wywołałoby u niego tak gwałtownego podrażnienia skóry i w konsekwnecji nie dostałby kataru nosa i kaszlu.

Dr. K. Ereciński.

Odpowiedzi na najczęstsze pytania matek.

O cukrach w pożywieniu niemowląt.

1. *Jakie cukry służą do słodzenia sztucznego pożywienia niemowląt?*

Zwykły cukier buraczany, cukier mleczny oraz mieszaniny cukru ssłodowego.

2. *Czem się te cukry między sobą różnią?*

Różnica polega głównie na różnej ich zdolności do fermentacji; najłatwiej fermentuje cukier mleczny, najtrudniej — mieszaniny słodowe. Zwykły cukier buraczany zajmuje pod względem zdolności do fermentacji miejsce pośrednie.

3. *Czy ma to jakieś znaczenie praktyczne?*

Bardzo duże. Tam, gdzie istnieje skłonność do zaparcia, możnaby je usunąć przez podawanie cukru mlecznego, który rozwalnia i odwrotnie: celem zwalczenia biegunek należy niemowlętom podawać trudno fermentujące cukry słodowe (zawarte w preparatach takich, jak nutromalt lub malton.

4. *A czy jest różnica w wartości odżywczej tych cukrów?*

Niema żadnej różnicy.

5. *Kiedy niemowlę otrzymuje w pożywieniu tylko cukier mleczny?*

Wtedy, gdy jest karmione wyłącznie piersią.

6. *A jeśli jest karmione sztucznie?*

To w mieszankach poza cukrem mlecznym dostaje zwykły cukier buraczany.

7. *A czy nie należałoby i w mie-*

szankach dodawać niemowlętom cukier mleczny?

Nie należy. Doświadczenie poucza, że odpowiedniejszy jest cukier zwykły, aczkolwiek w pewnych wypadkach, jak to już wspomniałem, może być leczniczo zastosowany i cukier mleczny.

8. *Czy nie bywa zatem naogół przesady w stosowaniu cukru mlecznego?*

Tak. Wśród wielu matek pokutuje to mniemanie, że tylko cukier mleczny nadaje się do mieszanek dla niemowląt.

9. *Skąd się wziął taki pogląd?*

Przed kilkudziesięciu laty istniały wśród lekarzy poglądy, w myśl których zalecano podawanie cukru mlecznego na szeroką skalę (i w mieszankach). Poglądy te okazały się jednak później niesłusznemi. Ale starsze pokolenie matek (babcie), które kiedyś tak uczono, pozostało nadal gorącymi zwolennikami stosowania cukru mlecznego.

10. *Czy do prawidłowego rozwoju niemowlęcia wystarcza tylko podawanie zwykłego cukru buraczanego?*

Nie wystarcza. Już od pierwszych miesięcy dziecko winno dostawać w swem pożywieniu dwa węglowodany: 1) zwykły cukier i 2) cukry złożone, zawarte w kleikach (owsianym, ryżowym) i w odwarach mącznych.

11. *A czy młode niemowlę potrafi już strawić kleje?*

Może się zdarzyć, że w tym okresie życia niemowlę nie będzie jeszcze mogło przetrawić całkowicie podanego kleju; nie będzie to miało jednak większego znaczenia, podawanie bowiem mieszanki z niewielką ilością kleju już w pierwszym miesiącu życia ma głównie na celu pobudzenie ustroju dziecięcego do szybszego wytwarzania zaczynów, potrzebnych do trawienia kleju.

Dr. P. Wójciak.

Czy należy spacerować z dziećmi po zachodzie słońca?

Z radością stwierdzić należy, że unikanie powietrza, pozostawanie dziecka przez cały prawie dzień w mieszkaniu — należą już całkowicie do przeszłości. Obecnie każda matka zdaje sobie sprawę, iż krzywdzi swe dziecko, uszczuplając mu godziny spaceru.

Niemowlę, niezależnie od pory roku, zostaje wyprowadzane na powietrze już w pierwszych tygodniach życia, zwłaszcza wiosną i latem.

Ogródki Jordanowskie, parki i ogrody miejskie ściągają do siebie tłumy małych spacerowiczów. Często w godzinach południowych trudno jest o wolne miejsce na ławce w parku, w Łazienkach — roi się bowiem od dzieci i ich opiekunek.

Cieszymy się bardzo z takiego stanu rzeczy, który jest wyrazem kultu dziecka, podjęciem walki z jego poważnym wrogiem — z krzywicą. Z artykułów, umieszczonych w poprzednich numerach naszego pisma na temat krzywicy, dowiedzieliśmy się, iż brak słońca, światła jest jej wielkim sprzymierzeńcem. To też ujawnia się ona przeważnie na wiosnę lub pod koniec zimy, uniemożliwiającej wielu dzieciom korzystanie ze spacerów (brak ciepłej odzieży, obuwia); dni słonecznych jest w zimie niewiele, czas zaś spaceru krótki. Znacznie łaskawsze są wiosna, lato: dzieci pozostają wówczas na powietrzu prawie cały dzień, nawet niektóre posiłki zjadają na spacerze.

Dopiero zachód słońca każe pomyśleć o powrocie do domu. A czyż w ciepłą pogodę nie można spacerować i po zachodzie słońca? Latem spacery po zachodzie słońca są oczywiście zupełnie zbędne. Dzień jest długi, słońce zachodzi późno, a dla milusińskich spacer jest nietylko wielką przyjemnością, lecz i dużą pracą; należy im się wypoczynek — sen w dobrze przewietrzonym pokoju, w miarę możności przy uchylonem oknie.

Smutno jest być zaskoczonym przez zachód słońca w dzień jesienny. Często i w drugiej połowie października wieczory są jeszcze dość ciepłe, możnaby z dzieckiem pozostać na spacerze. W ogrodzie jest jednak ciemno, nie można dzieciom dać należytej swobody ruchu, trzeba je prowadzić za rękę, aby sobie krzywdy nie zrobiły; prowadzenie wózka pociemku również nie należy do łatwych zadań. Na ulicach jest tłoczno, a zresztą spacer po ulicach, a zwłaszcza pociemku, chybia celu: ani słońca, ani

dobrego powietrza, ani zabawy. Jedynie dzieci w wieku szkolnym muszą rokzystać ze spaceru i po zachodzie słońca, ponieważ za dnia wcale, albo bardzo krótko są na powietrzu.

To też spacerujmy z niemi po mniej zaludnionych, południowych ulicach miasta, jeżeli ogrody są już zamknięte. W sportowych ogródkach dzieci uprawiają i wieczorami gry towarzyskie, sporty. W zimie zaś korzystają z oświetlonej ślizgawki.

Dr. T. Lewenfiszowa.

Ze skrzynki do listów.

Zaniechajmy smarowania.

Pani Irenie G. w Rawie.

Nie myli się Pani, przypuszczając, że należę do przeciwników rozmaitego rodzaju smarowania, wcierania płynów lub mazideł podczas choroby dziecka. Zapytuje Pani, co mają robić rodzice, jeżeli dziecko zachoruje, a na poczekaniu o lekarza jest trudno. Odpowiem krótko, że lepiej jest cierpliwie czekać, niż na własną rękę według własnego widzi mi się brać się do leczenia.

Utartym zwyczajem, jeżeli dziecko zachoruje, daje mu się na przeczyszczenie, wysmaruje się je tym czy innym płynem albo stawia się mu bańki i w celu utrzymania ciepła w pokoju, robi się wszystko, żeby świeże powietrze do mieszkania nie miało którędy wkroczyć.

A zatem robi się naopak. Bo w zimie, czy podczas jesiennych lub wiosennych chłodów o utrzymanie ciepła w pokoju musimy dbać, ale powtarzam ciepła (15 — 16 st.), a nie gorąca, najważniejszą jednak rzeczą i pierwszą troską od chwili zachorowania dziecka musi być dostarczenie mu świeżego powietrza, co osiągamy przez przewietrzanie mieszkania. Jest to pierwszy i najważniejszy obowiązek rodziców. A te rozmaitego rodzaju leki drażniące, któremi smaruje się dzieci bądź wciera się mocno w skórę, otóż te różne mazidła nic dziecku w chorobie nie pomagają, a bardzo często tylko szkodzą.

Jednakże wiara w skuteczność tych środków jest wśród szeregu ogółu matek tak rozpowszechniona, że walka z tą niedorzecznością jest trudna. Lekarz, który nie zaleci smarowania, w oczach wielu matek nie wzbudza należnego zaufania.

Do smarowania są używane rozmaite leki: spirytus kamforowy, denaturat, spirytus mrówczany, terpentyna, nafta, olejek kamforowy, oliwa i wiele innych płynów i mazideł. Wszystkie te środki wywołują przekrwienie, zaczerwienienie, rozgrzanie skóry. Często od smarowania na skórze zjawiają się plamki,

pęcherzyki, bąble lub wysypka, zależnie od wrażliwości skóry. Czy smarowanie może przynieść ulgę choremu dziecku? Ulgi żadnej nie przynosi, ale do zwiększenia się cierpienia przyczynia się bardzo często. Obrazek taki nie należy do rzadkich: przychodzi się do dziecka, w pokoju gorąco i duszno, a nad dzieckiem opary nafty, terpentyny, spirytusu lub olejku kamforowego, pod puchową poduszką leży w pocie skąpane dziecko, a skóra na niem płonie, gorąca od smarowania tym czy innym płynem.

Biedne dziecko nie może poskarżyć się, że „troskliwa“ matka tak znęca się nad niem.

Po smarowaniu czy wcieraniu skóra dość często ulega zmianom zapalnym. I wezwany wówczas lekarz staje w obliczu dwóch chorób: jednej zasadniczej i drugiej, wywołanej wcieraniem lub smarowaniem.

Podczas choroby ustrój dziecka mobilizuje wszystkie środki celem pokonania zarazków chorobotwórczych. W walce tej przychodzimy dziecku z pomocą, stwarzając dla niego jaknajlepsze warunki przez: udostępnienie świeżego, czystego powietrza, czystą pościel, odpowiednie odżywianie i wytworzenie spokojnej, poważnej, cichej atmosfery. Wcieranie zaś środków drażniących, rozgrzewających, wywołujących zaczerwienienie, przekrwienie nigdy prawie nie pomaga, a bardzo często szkodzi, przechylając szalę w walce ustroju dziecięcego z chorobami na stronę zarazków chorobotwórczych.

Pozatem cały szereg chorób zakaźnych objawia się przez charakterystyczną wysypkę na skórze. Otóż często trudno jest ustalić, czy wysypka jest wywołana chorobą, czy też powstała w wyniku gorliwego smarowania tym czy innym płynem skóry dziecięcej.

I z tego punktu widzenia smarowania czy wcierania należy unikać. Bo w chorobach wysypkowych (szczególnie płonicy) są nierzadko duże trudności rozpoznawcze, a wysmarowana skóra trudności te jeszcze bardziej pogłębia.

Jeżeli Pani twierdzi w swoim liście, że lekarze naogół nie lubią rozmaitego rodzaju smarowania lub wcierania, to tak jest istotnie, ale nie lubią nie z powodu jakiegoś tam kaprysu, tylko w wyniku głębszego rozważania, opartego na wiedzy lekarskiej. Skóra jest bardzo ważnym organem ustroju ludzkiego i pełni rozmaite czynności fizjologiczne. Należy zdawać sobie sprawę z tego, że wcierając bezmyślnie ten czy inny płyn drażniący, maść czy mazidło, możemy w tej pracy, którą wykonywa skóra, utrudniać. Jeżeli lekarz zapisuje taką czy inną maść na skórę, to czyni to tylko w wypadkach choroby skóry, a zatem dąży do przywrócenia jej normalnych czynności fizjologicznych.

Dr. St. Średnicki.





TAK

powinno śmiać się Twoje dziecko! Dlatego zamiast tranu daj mu

JEMALT

smaczny preparat tranowy w proszku na zimę i lato

Podsłuchane rozmowy.

(Na marginesie sprawy męczenia zwierząt przez dzieci)

— Wicusiu, rzuć tę muchę! Wstrętny, obrzydliwy chłopak. Powiedziałam ci, że dostaniesz po łapach. A masz, a masz!

Wicuś, dosyć miły ,siedmioletni chłopczyk, zatrzymany przez młodą kobietę, wygrzmocony i puszczony wkońcu z jej rąk, schował się chwilowo za ławkę, na której oboje siedzieli, potem pobiegł wzdłuż alei parkowej ku innym ławkom. Zauważyłam po kilku minutach, że polowanie na muchy zaczęte na dobre.

Tymczasem oburzona matka zwróciła się do pani, siedzącej obok, widocznie swej towarzyszki:

— Nie masz pojęcia, co on za to dostanie i nic nie pomaga.

— Nie dziwię się...

— Już wiem. Po pierwsze, zaczną się perory na temat bicia, po drugie — każesz mi pewno czekać, aż ten nieszczęśliwy okres męczenia zwierząt sam minie.

— „Po pierwsze" — zgadłaś: biciem nic nie wskórasz, „po drugie" — powinnaś czekać, ale nie bezczynnie. Trzeba pomóc dziecku wyrugować instynkty, które mogą przejść... w przyzwyczajenie. Niestety, tysiące matek nie zwraca najmniejszej uwagi na najbardziej wyrafinowane sposoby męczenia zwierząt przez dzieci. Ten „dziki" okres trwa dłużej lub krócej, ma silniejszy lub słabszy wyraz, bardzo często — bez absolutnej interwencji ze strony dorosłych — mija bezpowrotnie i nie pozostawia śladu w duszy dziecka, jeszcze częściej zostawia ślady, nawet głębokie.

— A widzisz!

— Zrozum, że nie trafiają mi do przekonania ani obojętność, ani karcenie dzieci, ani „nauki", nudne przeważnie... Wszystko to może nie dać efektu, przeciwnie — czasem sprawę zaogni i przedłuży.

— Jak więc postępować?

— Przedewszystkiem korzystać z najmniejszej okazji, by rozwijać w dziecku od najwcześniejszego jego wieku — miłość do zwerząt, opartą o wszystkie możliwe szlachetne odczucia, począwszy od ambicji opiekowania się słabszym — aż do stosunku braterstwa. Będzie to rodzaj „zastrzyków", które uodpornią psychikę dziecka — same.

Następnie, jeśli staniemy wobec faktu znęcania się dziecka nad „stworzeniem" — nie podkreślajmy bezpośrednio naszego poglądu na sprawę. Pomińmy ją narazie milczeniem, ale... pochwyćmy pierwszą lepszą okazję, żeby „jakby nigdy nic" zwrócić uwagę dziecka — czy to na piękno budowy ciała zwierząt, ptaków, owadów; czy to na pożytek, jaki nierzadko przynoszą; czy to na częstą bezbronność...

Krótka, logiczna uwaga, dłuższa serdeczna rozmowa, obserwacja życia zwierzęcego — wszystko czynione z sympatją do świata zwierzęcego i jednocześnie jakby w oderwaniu od — niezasługujących na pochwałę — postępków naszego dziecka — sprawia, że dzieciak głęboko odczuje różne rzeczy, że sam dojdzie do pewnych wniosków i — niemal sam się zmieni pod tym względem.

— Może...

— Przeważnie. Na moich kolonjach w tym roku ci sami chłopcy, którzy mi z zapałem opowiadali, jak to się nadyma przez słomkę żaby, by je potem rozbić z hukiem o kamień — przynosili mi ostrożnie na liściu żuki, rozmawiali o nich i odnosili delikatnie na trawę lub gałązki. A mały Kazio—Miecio, przysłuchujący się naszym przyrodniczym gawędom, ciągnął mnie na spacerze za sukienkę, wołając: „Prosę pani, a Janek to wziął i popsuł pajęcynkę pajączkowi! O... naumyślnie... o! Pamiętaj, zebyś tak nie robił. Bidny pajączek!"

— — — — — —

Wstałam z ławki zamyślona.

Janina Stawe.

Onanizm u małych dzieci.

Nie trzeba się przerażać nazwą ani samym faktem. Należy jedynie zapobiegać, ukrócić, nie wstydzić się udać do lekarza. Nic nie pomoże zamykanie oczu i twierdzenie, że moje dziecko jest inne — u mego dziecka skądżeby — co znowu!

Jak twierzą niektórzy neurolodzy (dr. Łuniewski -- „Psychopatologja") onanizm nie jest przyczyną, tylko skutkiem pewnego niezrównoważenia psychicznego, nerwowości i wzmożonej pobudliwości dziecka.

A więc na dzieci nerwowe, słabowite — tem większą należy zwrócić uwagę.

Przedewszystkiem uważać na nie,

zanim nie zaśnie, odrazu ubierać po przebudzeniu, zaprawiać do rannej gimnastyki od najmłodszych lat, przyzwyczajać do wycierania letnią wodą całego ciałka rano, a o ile matka zauważy niepokojące objawy — to i na noc.

Nigdy nie kazać iść do łóżka za karę, a o ile dziecko ma przepisane przez lekarza leżenie przed, czy po obiedzie, to mu wtedy coś zabawnego opowiadać, lub poczytać.

Należy też zauważyć, co wpływa u dziecka na częstotliwość wypadków onanizmu.

Czy opowiadania straszne, czy widoki pewne, czy bójki obserwowane, czy sny erotyczne, czy może kara cielesna. W tym ostatnim wypadku należy pamiętać, że niektóre dzieci prowokują otrzymanie kary cielesnej, szczególniej rózgą, gdyż rozdrażnia je to pod względem seksualnym. Mam wrażenie, że w teraźniejszych czasach podobnych „wybryków" w wychowywaniu dzieci, jak kara cielesna, już się nie spotyka, ale na wszelki wypadek przytaczam i ten fakt. Onanizm — jako osłabienie systemu nerwowego, zdarza się i u maleństw trzy- czteroletnich, a nawet i u młodszych — należy baczną zwracać uwagę, by nie przeoczyć tego brzydkiego nałogu.

Dużo można zrobić łagodną perswazją„ cierpliwem tłumaczeniem, serdeczną współpracą z dzieckiem nad zwalczaniem brzydkiego przyzwyczajenia. Główna rzecz — nie wpadać w rozpacz i przerażenie, traktować jako objaw chorobliwy, rozpytać lekarza i leczyć.

Znam matki, które z całej masy literatury psychologicznej znają jedynie Freuda. Przejmują się jego teorjami, pod tym kątem widzenia chcą wychowywać swe dzieci, uważają, że poza odczuciami seksualnemi nic nie można innego wykrzesać z człowieka.

Znam inne matki, które przeczytanie Freuda będą uważały za grzech, które wychowują dzieci według tradycyj rodzinnych, kładą główny nacisk na stronę duchową, stronę cielesną negują, wszelkie odczuwania seksualne wykreślają ze słownika wychowawczego.

A prawda, jak zawsze, leży pośrodku.

Sporty, higjena, rozwój mięśni i siły nie może w żadnym wypadku zaćmiewać i w cień usuwać duchową stronę rozwoju dziecka.

Z drugiej strony wysubtelnianie ducha i wybujały rozwój intelektu może przynieść szkodę organizmowi, o ile usuniemy z programu wychowanie fizyczne.

Główna zasada: mieć zrównoważone i spokojne podejście do dziecka. Nie twierdzić, że się nic nie zrobi, bo wady są odziedziczone; albo z drugiej strony: że się wszystko zrobi i wszystkie wady wypleni. Bo i tu prawda jest pośrodku. Wychowywać należy w spokojnej i zrównoważonej atmosferze domowej, a dla tak pięknego celu, jak rozumne wychowanie dziecka, poświęcić nawet szczęście osobiste.

I. Mackiewicz-Orłosiowa.

Dzieci a teatr*).

Kwestja, od jakiego wieku poczynając, można dziecko prowadzić do teatru, nie została, zdaje się, jeszcze rozstrzygnięta. I trudno byłoby ją chyba na tej płaszczyźnie (wiek) rozstrzygnąć. Są dzieci czteroletnie, które można zaprowadzić na przedstawienie i cel zostanie osiągnięty: odpowiednia suma wrażeń, bez niepożądanego wstrząsu albo nudy, czyli „przyjemność". Bywają jednak dzieci znacznie starsze, dla których teatr jest całkowicie zbyteczny, a nawet niewskazany. I nie zależy to bynajmniej od stopnia rozwoju dziecka. W grę wchodzi szereg czynników psychicznych, trudnych nieraz do przewidzenia. Znam dzieci inteligentne i żywe, i dzieci średnio rozwinięte lub też apatyczne, które bardzo lubią chodzić do teatru, a reagują nań podobnie, jak dorośli: są ucieszone, gdy się dowiedzą, że mają iść, uważnie śledzą bieg akcji, przejmują się w miarę, po przyjściu zaś do domu — spokojnie kończą dzień, jedzą, śpią normalnie i t. d. Takie dzieci mogą chodzić do teatru. Są inne, nie mniej i nie więcej rozwinięte umysłowo: już sama zapowiedź wprawia je w niezwykłe podniecenie, na przedstawieniu są półprzytomne, po powrocie do domu podniecenie trwa, dziecko nie może jeść, nie może długo zasnąć, sen ma niespokojny. Zły czar teatru może trwać nawet tygodnie i poważnie nadszarpnąć organizm dziecka. Takich dzieci nie należy prowadzić do teatru, bez względu na wiek. Trzeba poczekać, aż nadwrażliwość ustąpi, aż dziecko zahartuje się psychicznie, co często może stać się dopiero naskutek przebywania przez jakiś czas w środowisku szkolnem.

To też jedynie osoba dobrze znająca dziecko i sposób jego reagowania na podniety psychiczne, może zadecydować, czy można już dziecko zaprowadzić do teatru. Jednak nawet taka osoba może omylić się. Wyciągnie zato, oczywiście, z omyłki swojej konsekwencje, czyli że pierwszy „występ" dziecka pozostanie na pewien czas bez dalszego ciągu.

Przytoczę dwa charakterystyczne przykłady reagowania na „pierwszy w życiu teatr. Zgory zaznaczam, że chodzi tu o dzieci bardzo inteligentne i że przykłady są całkowicie autentyczne. A więc:

1) 4½ letnia Hanusia, której ulubioną książka są „Krasnoludki i sierotka Marysia" Konopnickiej, marzy o teatrze. Słyszała o nim od innych dzieci. Jest bardzo żywa, śmiała naogół, nawet ryzykantka,

*) Omawiając sprawę prowadzenia dzieci do teatru, zostawiam na uboczu związane z tem zagadnienie zdrowotne. Chodzi mi tylko o reakcję psychiczną dziecka.

ale wrażliwa nadmiernie i ma bujną wyobraźnię. Rodzice zdają sobie z tego sprawę, ulegają jednak prośbom i prowadzą ucieszonego bąka na przedstawienie, gdzie właśnie ma coś być o krasnoludkach. Do chwili podniesienia kurtyny wszystko idzie świetnie. Hanusia doskonale bawi się i podziwia krzesła, które zamykają się, jak się z nich zejdzie. Ale — oto ciemno na sali, muzyka zaczyna grać, podnosi się kurtyna, reflektory oświetlają „prawdziwego" krasnoludka z kilofem w dłoni. Dziecko drży, wpada w przerażenie, tuli się do matki, wreszcie z głośnym płaczem wybiega z krzeseł i pędzi naoślep przez salę. Rodzice za niem. O powrocie na widownię nie mogło być mowy. Na ulicy dopiero, uspokojona ofiarowanym przez rodziców balonem, wygłasza sentencję: „To bardzo smutna przyjemność, ten teatr". Chciała zapewne powiedzieć, że zrealizowanie świata fantastycznego jest nazbyt wstrząsające — powiedziała, jak potrafiła. Hanusia nie powinna długo jeszcze chodzić do teatru. Nie straci na tem nic, gdyż dla tak wrażliwego dziecka nie potrzeba rekwizytów. Własna fantazja aż nazbyt mu wystarcza.

Inny przykład: niezwykle inteligentna, sześcioletnia, umiejąca już czytać, dziewczynka, której usposobienie odznacza się żywiołowością i, jeżeli można tak powiedzieć, ukochaniem życia, po raz pierwszy jest w teatrze. Na pierwszym akcie siedzi uroczyście, w antrakcie biega i bawi się wspaniale, podczes aktu drugiego dyskretnie szepcze matce do ucha: „Mamusiu, ja teraz pójdę zrobić k...ę, bo w domu to casu skoda". No i co? Zapewniam państwa, że Dzidka świetnie zrozumiała treść sztuki, ale teatr wogóle, lub też dana sztuka jej poprostu nie odpowiadała. Wolała chłonąć w siebie prawdziwe zdarzenia, „żyć i używać" w swojem prawdziwem życiu, niż przypatrywać się czemuś, co nie ma z niem związku. Dzidkę można (bo jej to nie szkodzi) prowadzić do teatru, ale poco? Potrafi ona lepiej wykorzystać czas w domu.

A propos nieodpowiadających dzieciom i nieodpowiednich dla dzieci przedstawień, pozwolę sobie przytoczyć zdanie sześcioletniego krytyka. Chłopczyk ów był na filmie pseudo - dziecinnym, wyświetlanym swego czasu w pewnym... Mniejsza o to! To było dawno, a było rzeczywiście i niestosowne, i nieładne, i ze względów wychowawczych niepożądane. Jacyś złodzieje, łapania, gonitwy, wogóle — kryminał. I wtedy to właśnie na całą salę zadźwięczał głosik sześcioletniego Zdzisia: „Mamusiu, chodźmy stąd! To chyba film dla dorosłych, bo taki głupi i nudny". Dobrze wam tak, „dorośli". Gdy chodzi o wasze gusty, orzeczenie małego Zdzisia mogłoby mieć zastosowanie w wielu wypadkach. Obyś, Zdzisiu, pod tym względem nigdy nie był „dorosłym".

M. P.

Jesienią bierzemy się do czytania.

Wiedza, zaczerpnięta z książek, wytwarza w umyśle dzieci pewne zaciekawienia, nastawienie do poznawania, badania świata otaczającego, o ileż jednak większa korzyść, no i żywsza przyjemność, jeśli się dzieje naodwrót: dzieci nagromadziły własne obserwacje, a następnie znajdują w podsuniętych przez nas książkach potrzebne im wyjaśnienia, odpowiedzi.

Ileż to spostrzeżeń zdobyły i tegorocznego lata, dobrze więc, jeśli po powrocie do miasta damy im do rąk utwory, wiążące się z ich świeżemi przeżyciami na tle przyrody i odmiennego zazwyczaj na letnisku otoczenia. Radzimy w tym celu skorzystać z kilku pierwszorzędnych, a bardzo tanich książeczek*). Przedewszystkiem utwory nestorki pisarek dla dzieci, Marji Weryho.

Promyki. Przenika je wspólna nuta: małe dziecko, młode zwierzątko buntuje się przeciwko stałej opiece starszych, ciągłym przestrogom i upomnieniom, samodzielnie rzuca się w „nieznane", pragnie poznać świat, najbliższy — i co ich tam spotyka! Jakie przygody! Jakie doświadczenia! O kilkanaście minut drogi nieraz od domu rodzinnego, gniazda! Każde dziecko ma takie chwile buntu, tego przedwczesnego poczucia siły, chęci skorzystania z samodzielności — z zaciekawieniem więc śledzić będzie zawikłania tej fascynującej umysł 5, 6, 7-latków fabuły. Kotek, myszka, wicher, wiewiórka, pszczółka, sroka, owieczka — bliskie dziecku, a ich życie, zwyczaje, przygody opowiedziane językiem pięknym, jasnym, dostępnym. Najwięcej wiadomości przemycą „Pszczółki", opowieść o wrogach tych zaciekawiających owadów.

Różne przygody. Jeśli dziecko obserwowało uprawę roślin na letnisku, a może i samo urządziło sobie ogródek — jakże zainteresuje się dolą małego śmieciarza („Mój kwiatek"), który wyhodował piękną prymulkę i tak to ta prymulka przyczyniła się do wydobycia go z nędzy. W „Premjum" przeczyta z ciekawością, że Pola, córka dozorcy, zdobyła drugą nagrodę Towarzystwa Ogrodniczego za gustowne przyozdobienie domu pelargonjami.

„Co słonko widziało" (dla mniejszych) i *„Las"* (dla trochę starszych) — to również ogrom wiedzy przyrodniczej, podanej w przełatwej, a niezmiernie zajmującej formie. Tejże samej firmy wydawniczej Kazimierza Konarskiego — *Bajki i powiastki*, to utwory o fan-

*) Do nabycia w Redakcji "Wychowania Przedszkolnego".

tazji bujnej, połączone z humorem rzetelnym. Szara Godzina różowe poszeweczki chmur w rosie pierze, na wietrze suszy, a później dziurki w nich nićmi z babiego lata ceruje. Kwiat paproci to odłamek od słonkowego czoła i t. d. i t. p. Podkreślenie miłości, ogarniającej wszelkie stworzenie, od świeżo wylęgłych myszek począwszy i ich mamy, co królowi pantofel na gniazdo zabrały.

A dostarczając dzieciom tych zbiorków, nie zapominajmy przytem ani na chwilę, że umiejętność zestawiania, łączenia kapitału wiedzy książkowej z własnem doświadczeniem życiowem, obserwacją to najprzedniejsze znamię inteligencji człowieka. *Józefa Gażyńska.*

KURS OGRODNICTWA.

Wzorem lat ubiegłych *Koło Miłośników Ogrodnictwa,* pragnąc udostępnić szerokim warstwom posiadaczy sadów, ogródków przy willach i t. p. zdobycie wiadomości we wszelkich gałęziach ogrodnictwa, a tem samem przyczynić się do propagowania wzorowej gospodarki w tychże — urządza 3-miesięczny *Kurs Ogrodnictwa,* powołując na prelegtnów wybitne siły fachowe z zakresu różnych specjalności. Jako uzupełnienie wykładów są projektowane praktyczne pokazy i wycieczki do podmiejskich zakładów i gospodarstw ogrodniczych.

W związku z panującym kryzysem Zarząd K. M. O. postanowił pobierać za wykłady opłatę minimalną.

Cały Kurs będzie podzielony na 5 cykli, z których każdy stanowi zamkniętą całość. Dzięki temu osoby, którym sprawia trudność pozostawania przez czas dłuższy w Warszawie, albo które interesują się tylko pewnemi tematami, będą mogły zapisywać się na poszczególne cykle, według ściśle ustalonego programu.

Cykl I obejmie wiadomości wstępne o glebie, uprawie i nawożeniu w ogrodnictwie. Cykl II — Sadownictwo i owocarstwo. Cykl III — Warzywnictwo. Cykl IV — Przetwórstwo, Pszczelnictwo i Choroby roślin. Cykl V — Kwiaciarstwo gruntowe i Pielęgnowanie ogródków.

Kurs Ogrodnictwa rozpocznie się w pierwszych dniach listopada 1935 roku.

Wykłady będą się odbywały w Tow. Ogrodn. Warsz. — Bagatela 3 — od godz. 6—8 wiecz.

Informacje i zapisy: Biuro K. M. O. — Al. Jerozolimskie 20 m. 16, tel. 632-70. Kierowniczka Kursu p. *Wysocka* — tel. 840-18, Skład Nasion B-ci Chomicz — Zgoda 8, oraz w dnie wykładowe na miejscu — Bagatela 3, od godz. 6-ej wiecz.

Odpowiedzi na listy rodziców.

1. *Pani Stefanji Ziembińskiej.* Odpowiedź wysłaliśmy przez pocztę.

2. *Pani Wandzie Zielińskiej.* Życzymy synkowi Pani powodzenia w szkole.

3. *Pani S. Wegnerowej.* W tej chwili lepiej ze szczepieniem ospy się wstrzymać. Zresztą chłopiec ma obecnie tylko 4 miesiące. Jeśli w zimie nie będzie odpowiedniej pogody do szczepienia, można je będzie w ostateczności odłożyć do wiosny. Ślinienie w tym wieku nie oznacza jeszcze ząbkowania. Zupę jarzynową można będzie małemu wprowadzić pod koniec 6-go miesiąca życia.

4. *Pani Z. Stryjkowskiej.* Podcinanie języka naogół jest niepotrzebne. Przypadki, gdzie zabieg ten byłby naprawdę wskazany, należą do rzadkości. Smoczek jest zbędny. Kołyskę też można zlikwidować. Gumowe majteczki są szkodliwe.

5. *Pani R. Bojemskiej.* Pęcherzyca jest chorobą zakaźną. Leczenie jej może się odbywać tylko pod kontrolą lekarza. Nadmanganjanu potasu dodaje się zazwyczaj 0,3 na 10 litrów wody. Pieluszki lepiej jest prasować.

6. *Pani R. Rymarzowej.* Stosowanie mleka sproszkowanego u nas jest mało rozpowszechnione. Ale w zaordynowaniu tego mleka dziecku nie widzimy nic złego. Przeciwnie nawet, zastosowanie takiego mleka wydaje się nam w danym przypadku bardzo celowe.

7. *Pani R. Z.* Dziecko Pani do końca pierwszego półrocza może dostawać 6 razy pierś, co trzy godziny, z przerwą nocną 9-godzinną. Chorą pierś lepiej będzie mu dawać przez ochraniacz; wówczas pęknięcie brodawki szybciej się wygoi. Djeta Pani pozostaje zwykła. Z preparatów, które mogą zwiększyć wydajność piersi, najbardziej celową wydaje się nam Ovomaltyna. Jest ona smaczna, pożywna i zawiera dużo witaminów.